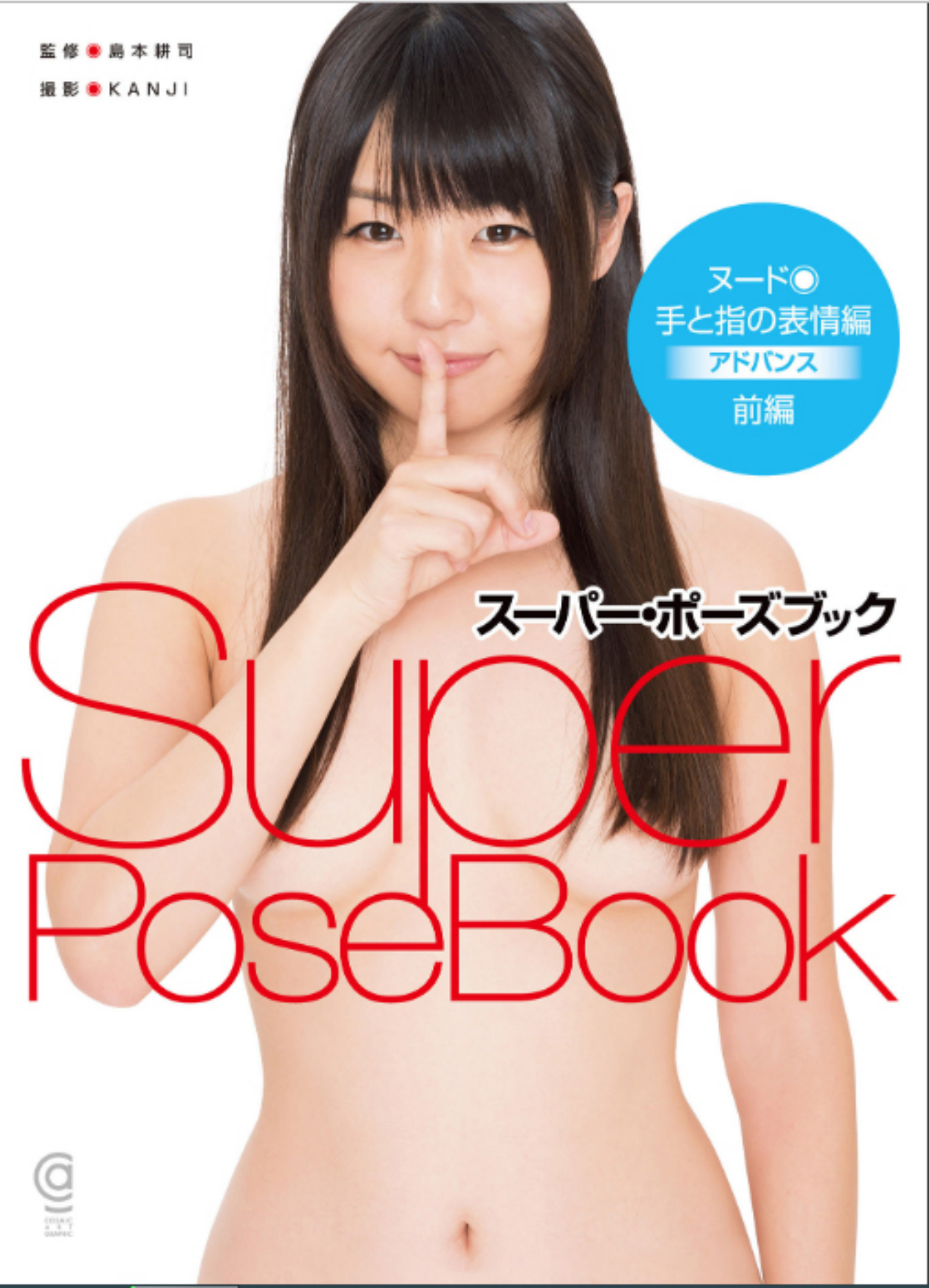

監修●島本耕司
撮影●KANJI
ヌード◉
手と指の表情編
アドバンス
前編
スーパー・ポーズブック
Super
PoseBook

監修●島本耕司
撮影●KANJI

# Super PoseBook

## スーパー・ポーズブック

ヌード◉
手と指の表情編
アドバンス
前編

アップ

Super Pose Book

# 手で示す

ジャンケン

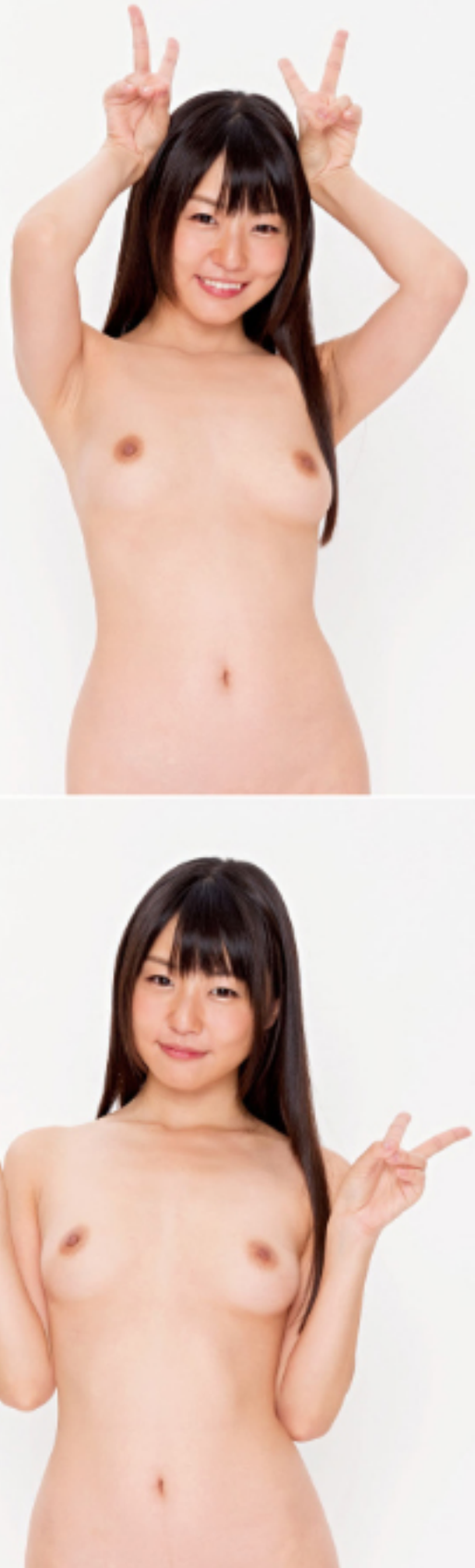
サイズ

決めっ！

人差し指

サムアップ

ピース



# Super PoseBook

Expression of the Hands and Fingers :
Advanced Version 1

## Contents


はじめに……4

体のバランスとプロポーション……5

**いろいろなポーズ……6**

アップ…20

**手で示す……22**

ジャンケン…22　サイズ…24　決めっ!…30　人差し指…31
サムアップ…32　ピース…34　パン!…38　咳…4
雨?…40　エーン…41　お金…41　サインなどなど…42
アップ…50

**アクション……52**

パンチ…52　ビンタ…54　さわろうとする…56
握手!…56　つかもうとする…56　ちょーだいっ!…56
オーッ!…57　ペンライト…58　忍者…60　アップ…64

**身振り手振り……66**

自己紹介、観た映画、昔話などをお話し中…66

■……自己紹介から始まって、撮影日の直近に観た映画(「トランスフォーマー」)の説明、「花咲か爺さん」などの昔話を、手振り身振りを添えています。

アップ…90

**遊び……92**

カラオケ…92　ルービック・キューブ…86
お手玉…98　けん玉…104　アップ…110

**テーブル・ソファー……112**

ガラステーブル…112　遅い!…118
ソファー…120　アップ…130

**ボディー・下着……132**

髪…132　胸…136　ヒップ…140
下着-つける・外す…142　下着-脱ぐ…144
下着-はく…149　アップ…150

**バスタブ……152**

入る…152　ホラー!?…156
アップ…161

**クローズアップ……162**



Model: TSUBOMI
Director: SHIMAMOTO, Kouji
Co-Director & Editor: URATA, Yoshihiro
Photographer: Kanji
Hair & Make-up : Uenishi, Yuuya
Designed by Takahashi Design Room

バン!

咳

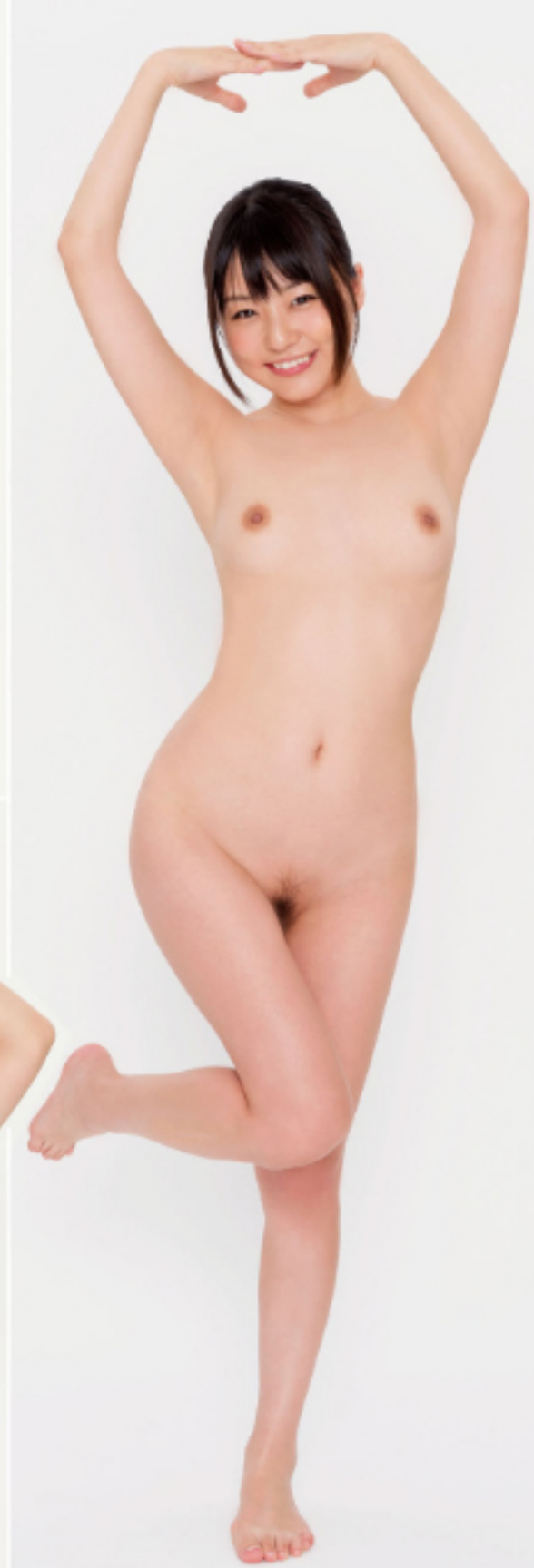
雨？

エーン

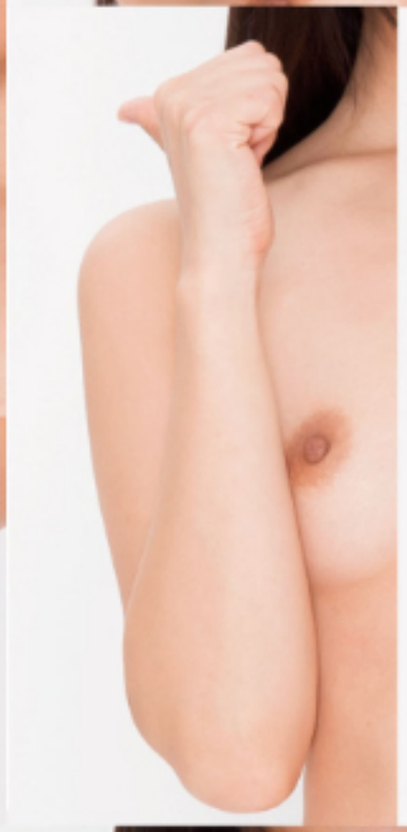
お金

サインなどなど

2アウトよっ!!



アップ



Super Pose Book

# アクション

パンチ

ビンタ

さわろうとする

握手

つかもうとする

ちょーだいっ！

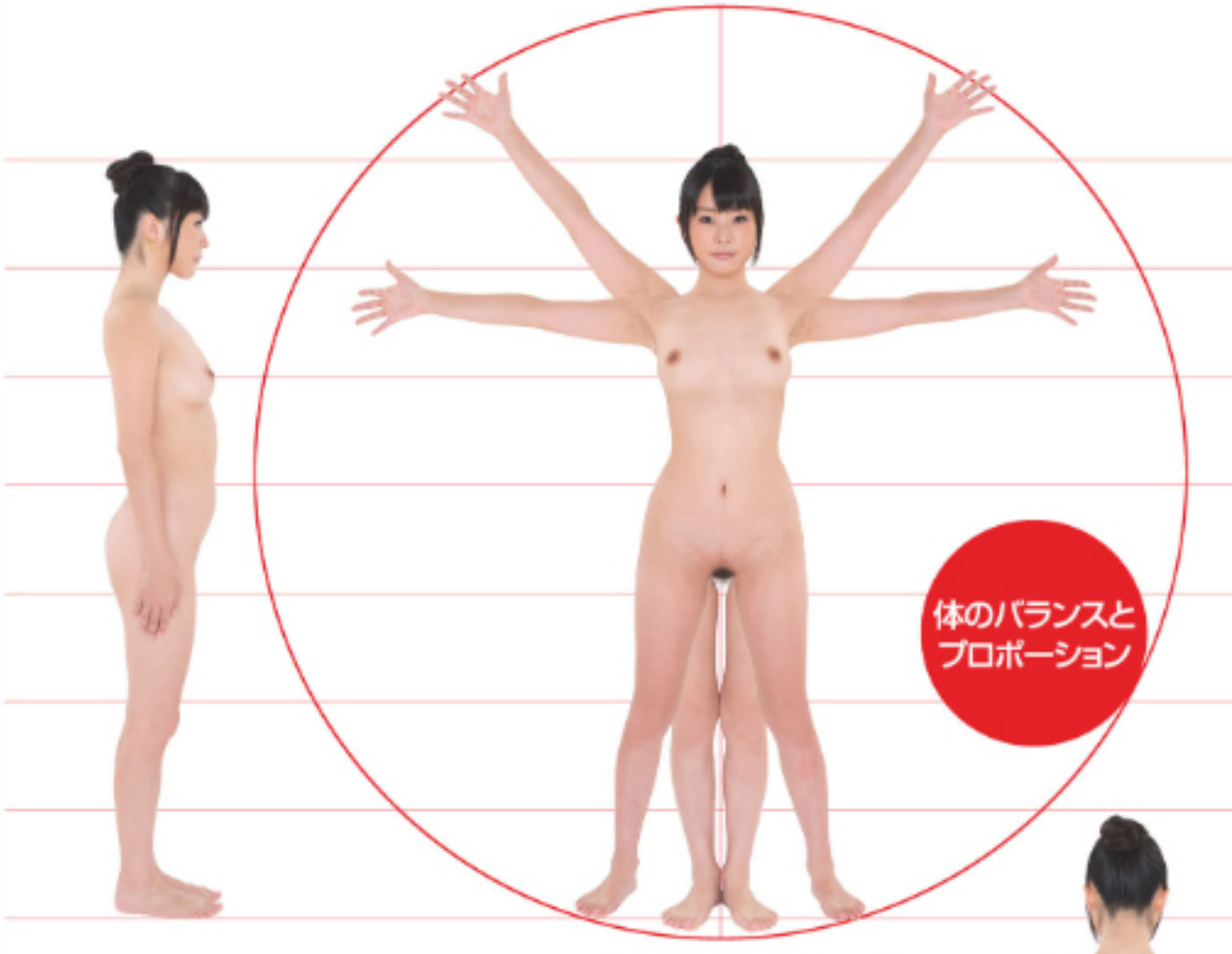
オーッ！

## はじめに

みなさんは、「受胎告知」という絵をご覧になったことがあるでしょうか。
『新約聖書』の中に登場する、神の使者・大天使ガブリエルが、マリアに神の子を身ごもったことを知らせる有名な場面を題材にしたものです。
レオナルド・ダヴィンチはじめ、ボッティチェリ、フラ・アンジェリコ、エルグレコなど、そうそうたる画家が画題にしています。共通しているのは、ガブリエルが、マリアに妊娠していることを告げるのに、指を使っていること、そして彼のその言葉(?)に、やはりマリアが手指で反応を示している点です。
ダヴィンチの描いたガブリエルは、右手の人差し指と中指を立てた形で、静かに何かを伝えていることがわかります。それに対してマリアは、顔は無表情に近いものの、立てた左手からは、「驚き」が見て取れます。
これに対してボッティチェリの絵は、もっとドラマチックです。秘密めいたことを打ち明けるようなガブリエルの姿、マリアの手の表情からは、驚きを通り越して、「拒否・拒絶」さえ感じられます。この題材には、ルネサンス以前から多くの作家が、いろいろな創意工夫を凝らして描いていますので、見比べると楽しく、勉強になると思います。
私が何を言いたいかと言いますと、これほどに「手や指」には何かを伝える力があるということです。顔を無表情に描いても、手や指の形で、その人物の感情を表すことができます。しかし、逆に表情が激しい喜怒哀楽を表していても、手や指が無表情であれば、その絵はすごく違和感のあるものになるのです。
そこで、「手と指の表情編」に続くこの本です。具体的なことをしていた場面が多かった前のイシューに比べ、1歩前進した(advence)今回は、演出を入れない「自然な手と指の動き」がわかる場面を多く入れました。飾り気のない手と指の動きが、みなさんの描こうとする様々な場面に役立てるものと期待します。
本書があなたの表現力を高めるための一助になることを、切に願います。

島本耕司

Super
PoseBook



体のバランスと
プロポーション

レオナルド・ダ・ヴィンチの有名な図です。
中指の先と頭頂部が同じ高さになるように腕を上げると、
体の中心が円の中心と重なり、指先と爪先が円周上に乗ります。
両腕を左右に伸ばした長さは身長とほぼ同じ、
また肘から手首までの長さは、足の長さとほぼ同じです。

モデル

つぼみ
Tsubomi

HT160　B84(E65)　W58
H85　F23.5cm

ペンライト

忍者

アップ

Super Pose Book

# 身振り手振り

Super Pose Book

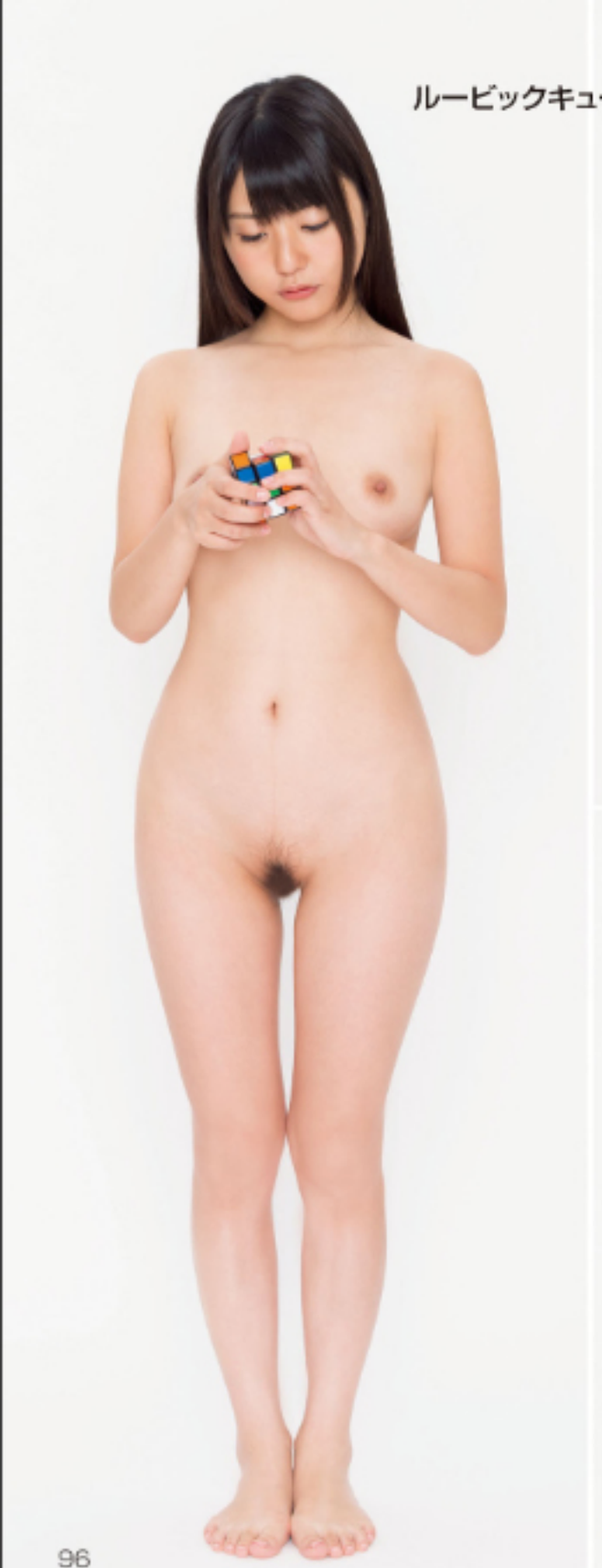
# いろいろなポーズ

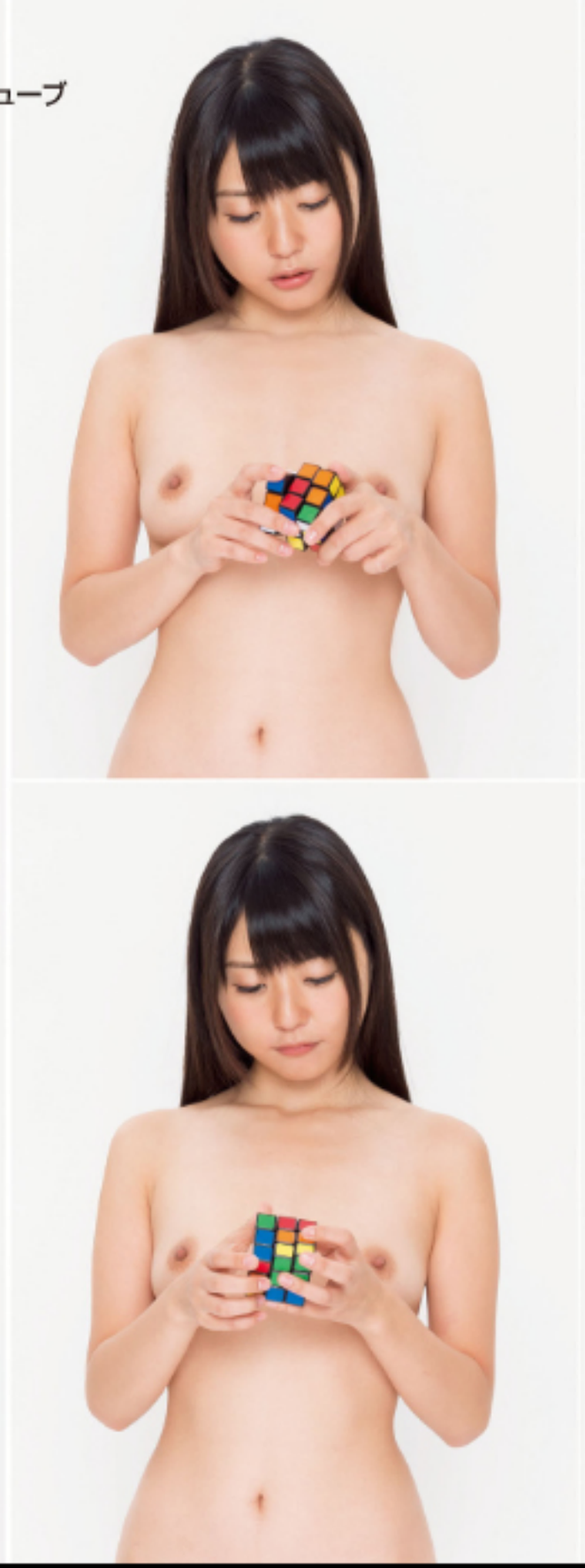
Super Pose Book

遊び

カラオケ

ルービックキューブ





お手玉

けん玉

アップ

Super Pose Book

# テーブル・ソファー

ガラステーブル

遅い！

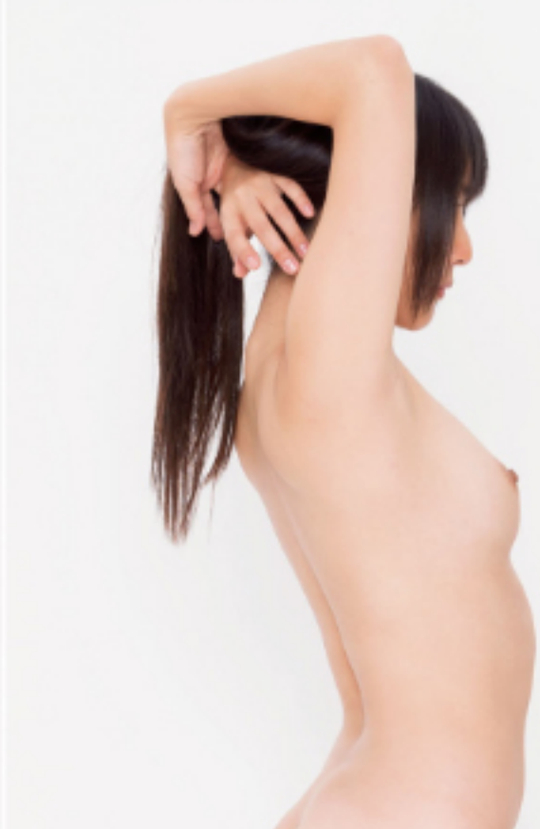
ソファー

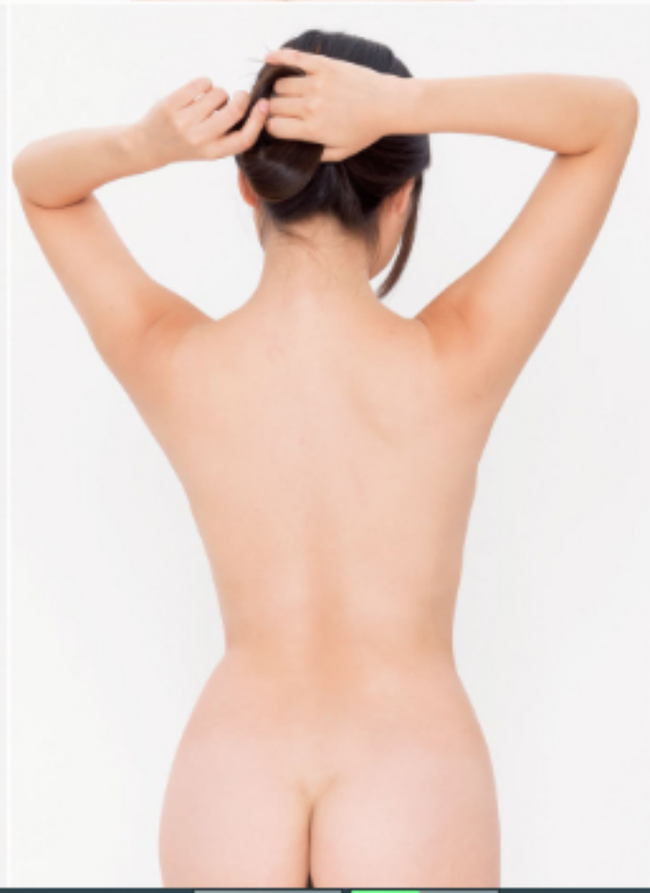
アップ

Super Pose Book

# ボディー・下着

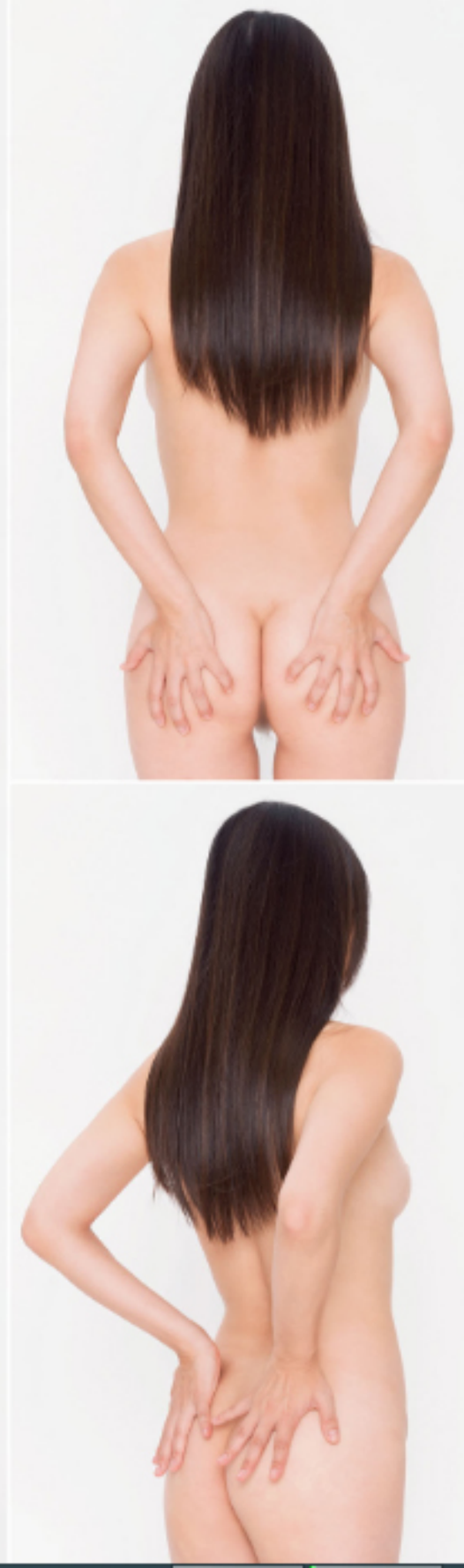
## 髪

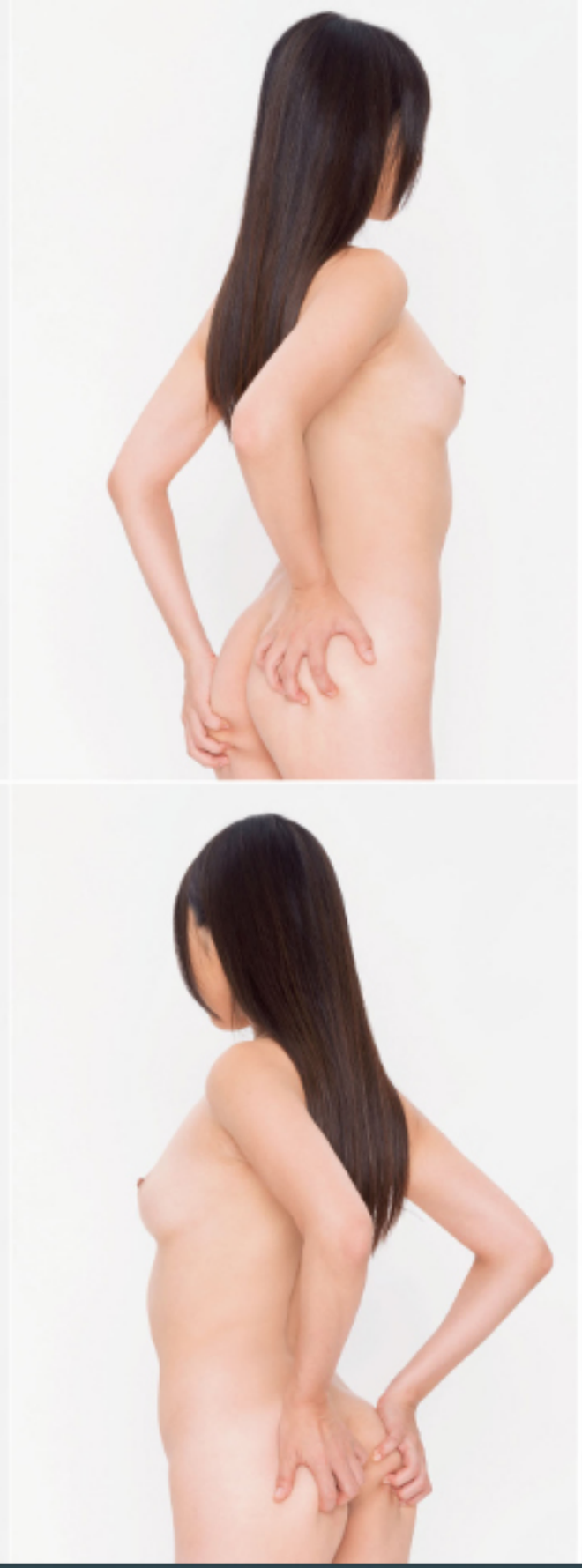


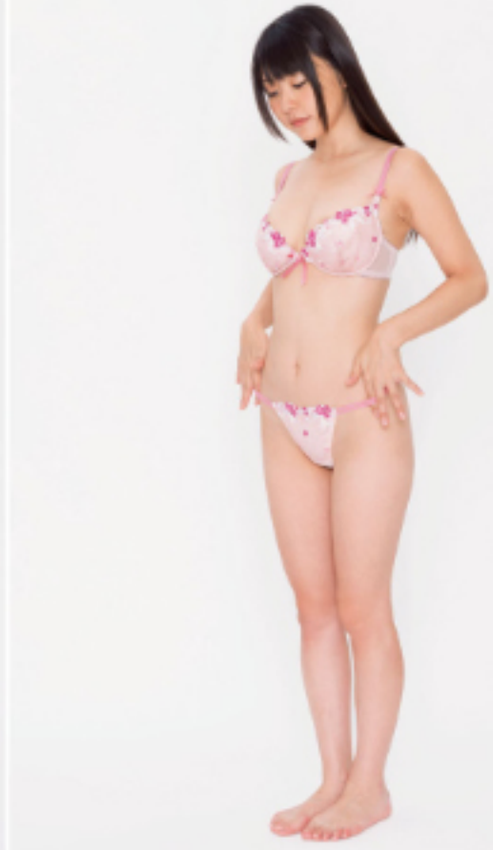


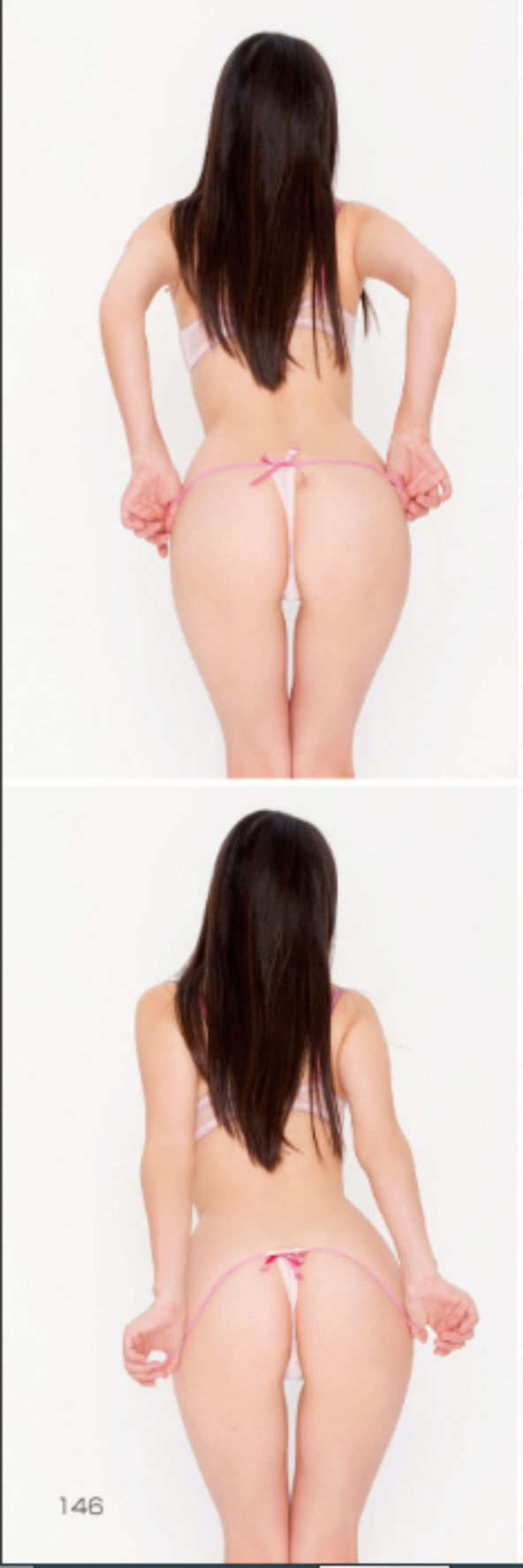
胸

ヒップ









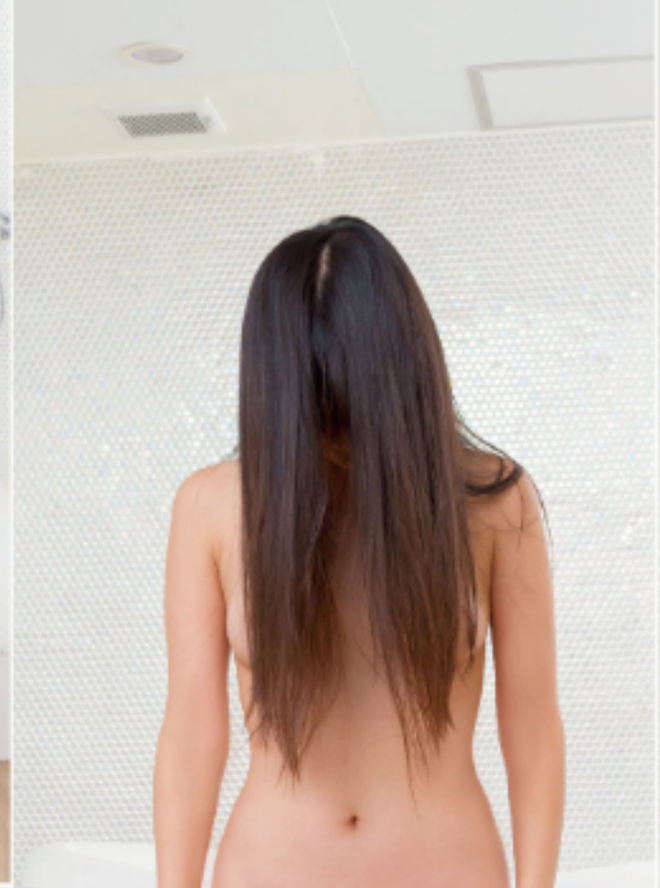
アップ

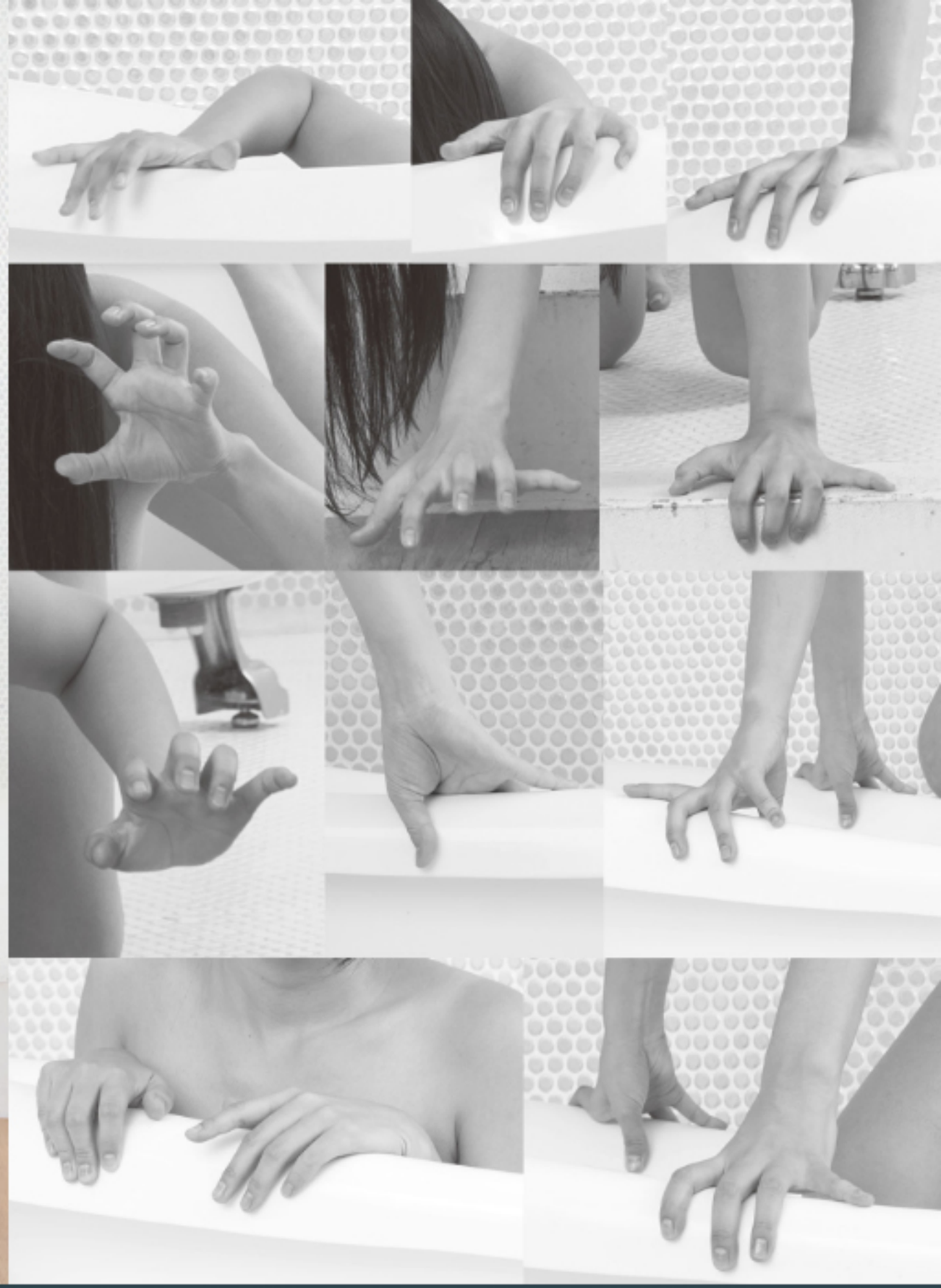
Super Pose Book

# バスタブ

入る

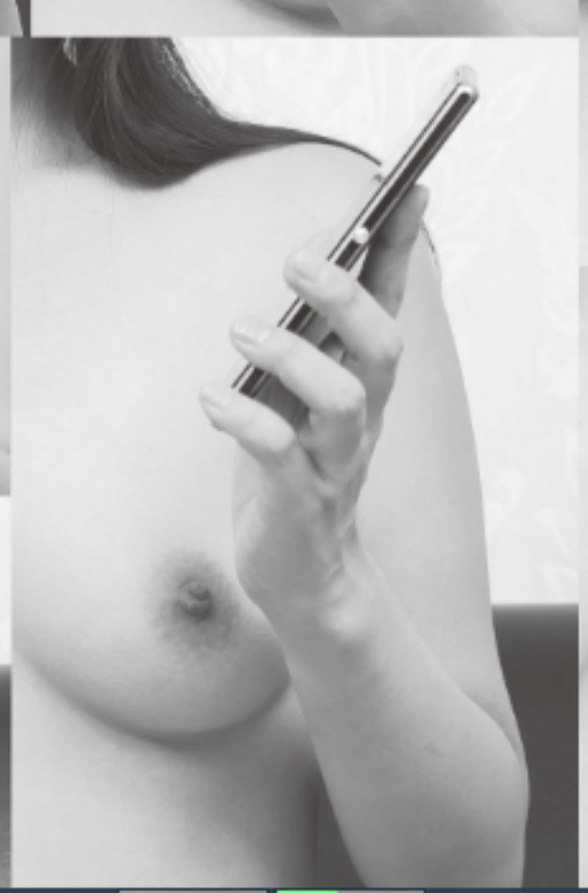
ホラー!?

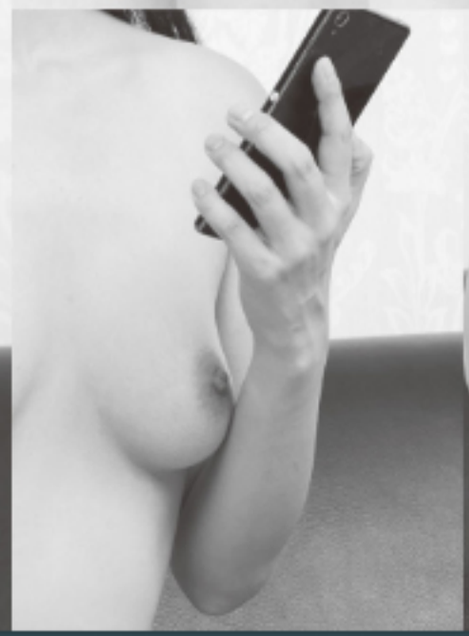


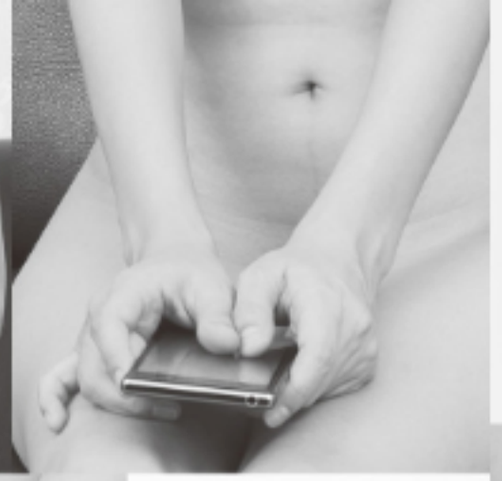


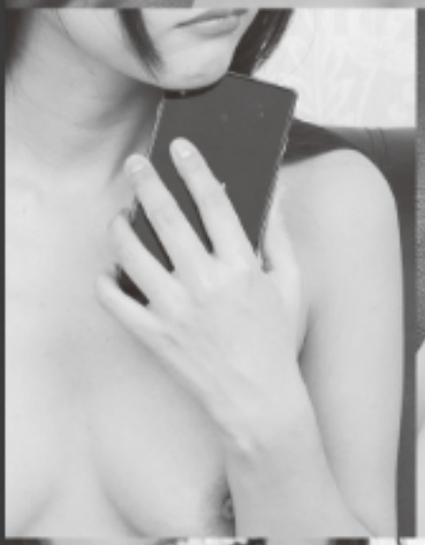
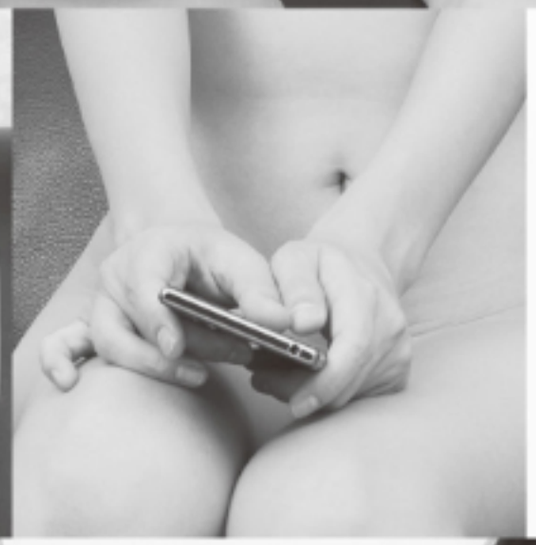
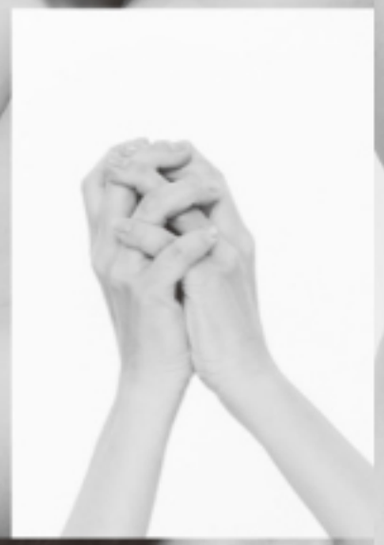
Super Pose Book

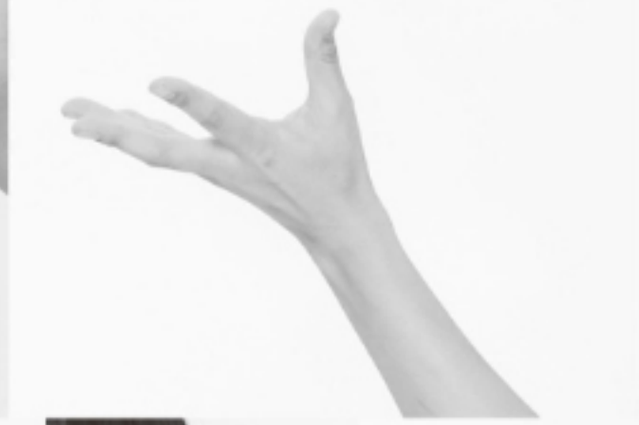
# クローズアップ

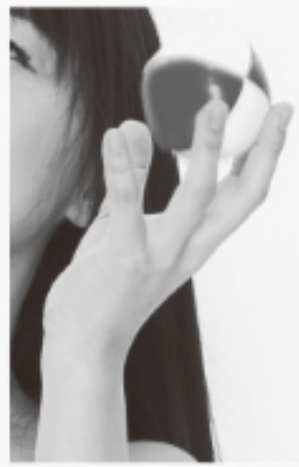


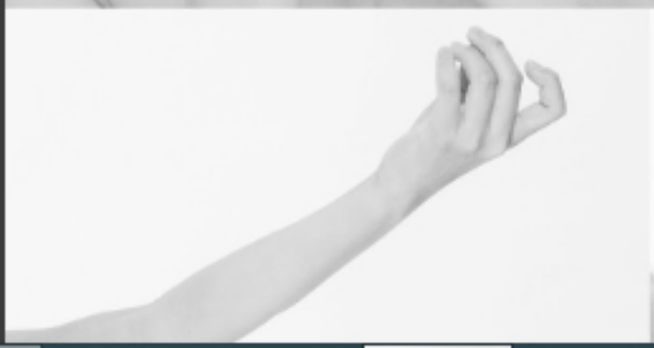
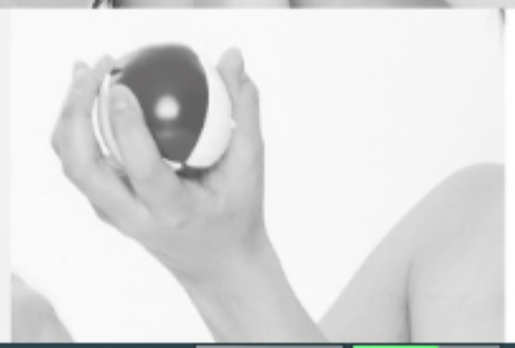
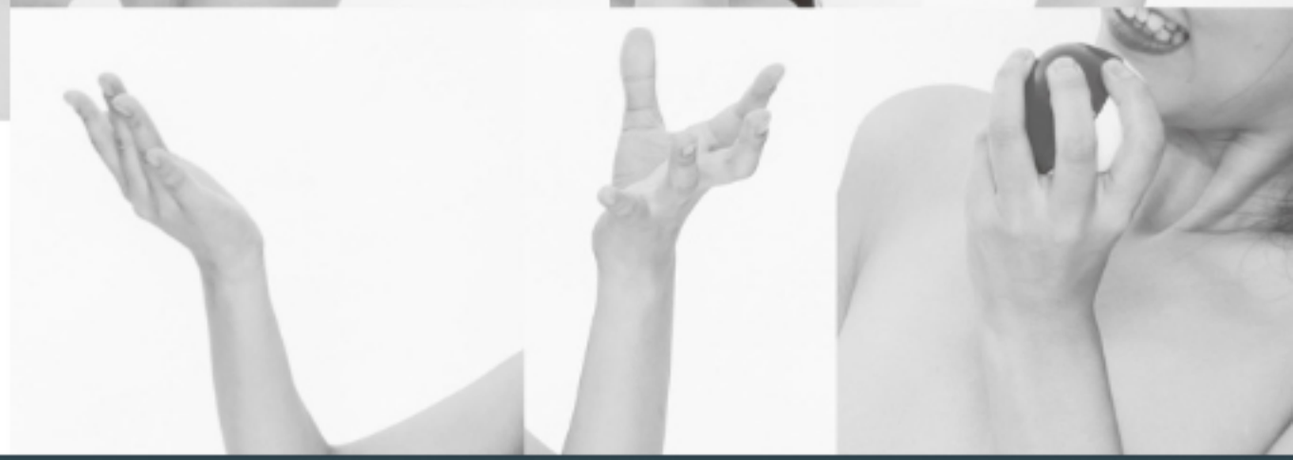


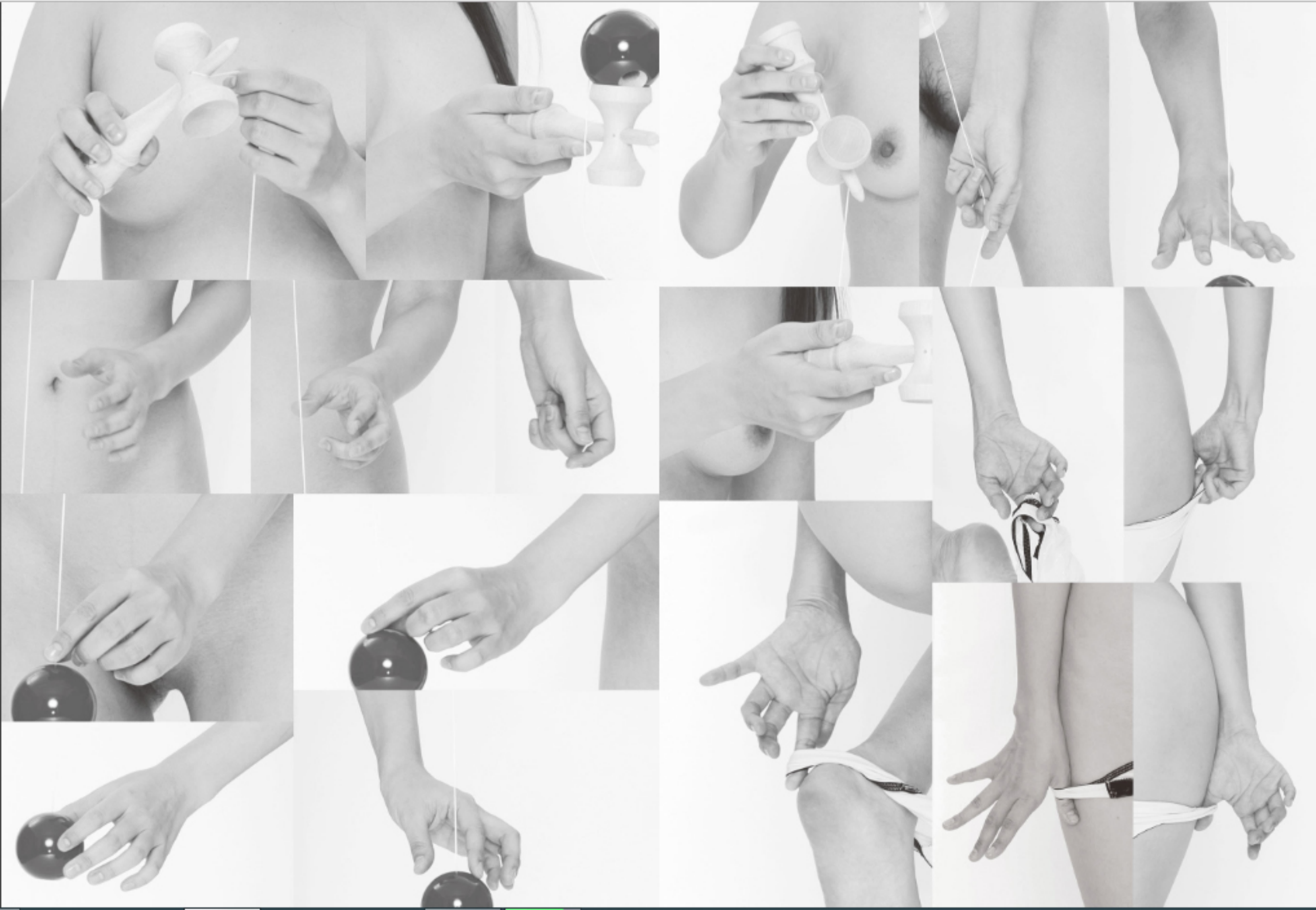


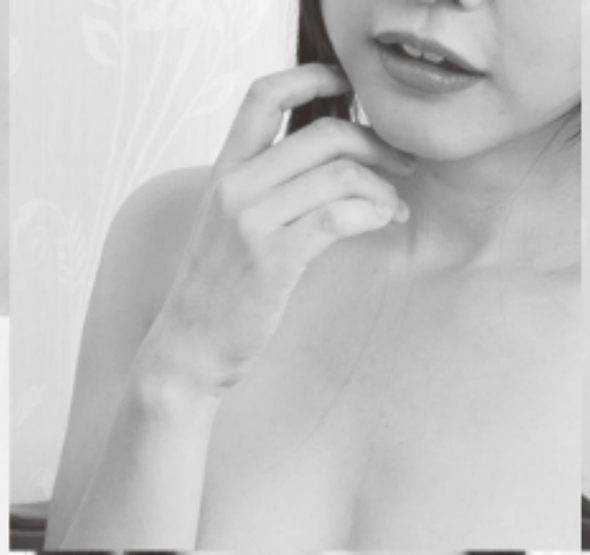




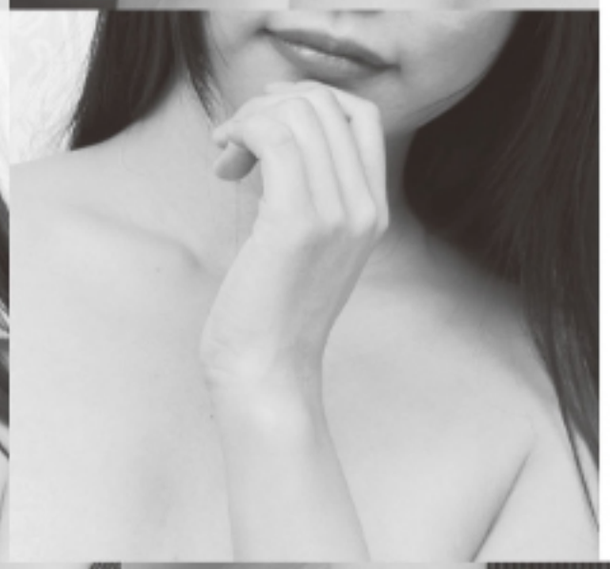










モデル●つぼみ

1987年生まれ

趣味＝犬の散歩、マイメロやファンシーグッズ集め

所属＝ヴァンキッシュ

監修●岡本耕司
モデル●つぼみ
企画・編集●浦田善浩(コスミック出版)
撮影●KANJI
撮影助手●松尾亜沙美
ヘア&メイク●上西勇也
小山尋友紀(P6:体のバランスとプロポーション)
画像補正●高木直之
カバー・デザイン●タカハシデザイン室

制作協力●ヴァンキッシュ　今井事務所

# Super Pose Book

COSMIC ART GRAPHIC
**スーパー・ポーズブック** ヌード●手と指の表情編アドバンス・前編

監修●岡本耕司
発行人●杉原葉子
発行所●株式会社コスミック出版
〒154-0002　東京都世田谷区下馬6-15-4
代表 Tel 03-5432-7081　営業部 Tel 03-5432-7084　Fax 03-5432-7088
編集部 Tel 03-5432-7086　Fax 03-5432-7090　振替 00110-8-611382
http://www.cosmicpub.com/

ISBN 978-4-7747-9116-0 C2071　©2015 KOUJI SHIMAMOTO, COSMIC PUBLISHING CO., LTD.

本書の内容を、無断で転載・複製することは、著作権法上禁じられています。

本書掲載のポーズを参考にして絵を描き、商業誌・同人誌またはウェブサイト・ブログ・ソーシャルネットワークなど、
不特定多数の人が見るために発表・公開したい場合、人物が判別できないように顔をアレンジしていただければ基本的に許可していますが、
事前に弊社編集部までご連絡ください。転載等に該当する場合は、著作権表示（禁無断転載）を必ず添えてください。
また、参考資料：「スーパーポーズブック ヌード●手と指の表情編アドバンス・前編」（コスミック出版）というクレジットを入れていただけますよう、
お願いいたします。入れる箇所については、お電話でご相談ください。

# Super Pose Book